





















ROX 5.0

BIKE COMPUTER

Table des matières




SIGMA



1 Fonctions et contenu de l'emballage

1.1 Préface

Nous vous remercions d'avoir choisi un compteur cycle de marque SIGMA SPORT. Votre nouveau ROX 5.0 restera pendant de longues années un compagnon fidèle pour toutes vos sorties à vélo. Nous vous prions de bien vouloir lire le présent mode d'emploi attentivement pour découvrir et pouvoir utiliser au mieux les nombreuses fonctions de votre nouveau compteur cycle.

SIGMA SPORT vous souhaite beaucoup de plaisir avec votre ROX 5.0.

Le ROX 5.0 est un compteur cycle multifonctions fournissant de nombreuses informations pendant et après le trajet :

- vitesse, temps, distance, fréquence cardiaque et zones d'intensité.
- Transmission de toutes les informations sur PC de manière à permettre une consultation des résultats de votre sortie et leur affichage sous forme de graphique.

1.2 Contenu de l'emballage

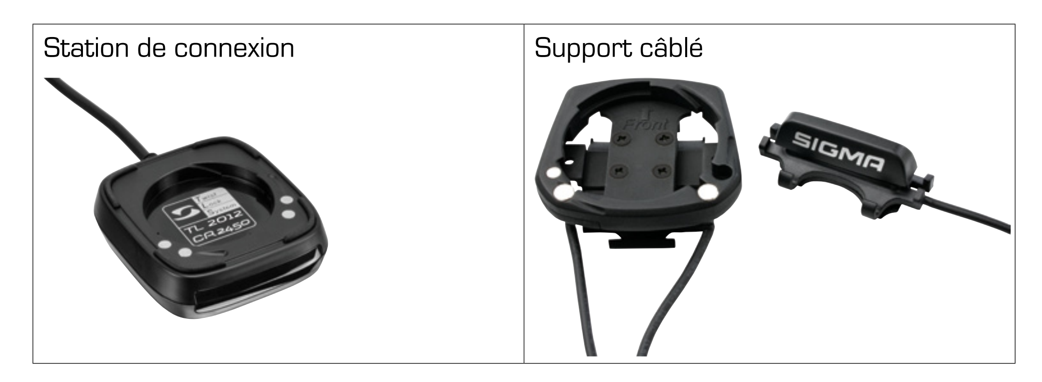


Compteurs cycle ROX 5.0	Support
Emetteur de vitesse STS	Aimant pour rayon

Bracelet	Emetteur de fréquence cardiaque STS avec sangle thoracique
Emetteur de cadence STS	Aimant de cadence ou L'aimant de cadence peut également être utilisé sans pièce d'écartement.
Clé du compartiment à piles	Matériel de fixation (serre-câbles, anneaux toriques)
Guide de démarrage rapide du ROX 5.0	

1.2.1 Accessoires en option

Station de connexion	Support câblé



1.3 Fonctions du ROX 5.0

Le ROX 5.0 est un compteur cycle polyvalent permettant de mesurer la distance, la vitesse, la cadence et la fréquence cardiaque.

Toutes les valeurs actuelles – vitesse actuelle, fréquence cardiaque actuelle, cadence actuelle et tour en cours – peuvent aisément et en permanence être consultées sur le grand écran.

Le ROX 5.0 dispose des caractéristiques d'un compteur cycle classique, telles que – par exemple – la possibilité de régler deux vélos différents (pouvant être détectés automatiquement au moyen de l'émetteur de vitesse STS), un système de marche / arrêt automatique et d'autres possibilités d'affichage fonctionnelles.

1.3.1 Interface PC

Le ROX 5.0 peut être raccordé à un PC. La station de connexion disponible en option permet l'échange de données entre votre PC et le ROX 5.0.

Vous pouvez ainsi également procéder aux réglages pour le ROX 5.0 sur PC, puis transférer ceux-ci sur le compteur cycle.

2 Montage du ROX 5.0 et première mise en marche

Remarque

Vous trouverez les consignes détaillées pour le montage dans le guide de démarrage rapide fourni.

2.1 Montage du support

- Fixation au guidon ou au cadre
- Retirer le film jaune du support (mise en place permanente).
- Le support peut, au choix, être installé au moyen de serre-câbles (mise en place permanente) ou de joints toriques.

Cf. image de montage **1.1** **1.2** **1.3** **1.4**

2.2 Montage des émetteurs - Vitesse et cadence

- Les deux émetteurs peuvent, au choix, être installés au moyen de serre-câbles (mise en place permanente) ou de joints toriques.

Cf. image de montage **2.1** **3.1**

2.3 Montage des aimants - Vitesse et cadence

Cf. image de montage **2.3** **3.2**

2.4 Mise en place de la sangle thoracique

- Enduire les électrodes d'eau ou de gel cardio.

Cf. image de montage **4.1** **4.2** **4.3** **4.4**

2.5 Montage sur le second vélo

- ATTENTION :
  Pour régler l'émetteur de vitesse STS sur le « vélo 2 », enfoncez le bouton au dos de l'émetteur au moyen d'un stylo à bille pendant 5 secondes – jusqu'à ce que la LED rouge clignote (LED rouge : vélo 2 ; LED verte : vélo 1).

Cf. image de montage **6.1**

2.6 Montage du ROX 5.0 sur le support

Cf. images de montage **6.2**

2.7 Première mise en marche

Pour des raisons liées à la consommation de courant, le ROX 5.0 est fourni en mode dit de « veille profonde ». Maintenez les touches MODE 1 + SET enfoncées simultanément pendant 5 secondes pour que le ROX 5.0 quitte le mode de veille profonde.

Le ROX 5.0 passe en mode de réglage.

2.8 Synchronisation des capteurs

Le ROX 5.0 doit être enclenché sur son support pour la synchronisation des capteurs.

Les zéros de l'affichage de la vitesse, de la cadence et de la fréquence cardiaque clignotent pendant que le capteur correspondant est synchronisé.

La valeur correspondante s'affiche sur l'écran du ROX 5.0 lorsque la synchronisation a été effectuée pour un capteur.



2.8.1 Synchronisation de la vitesse

2 possibilités existent ici :

- Démarrer ! En règle générale, le récepteur et l'émetteur sont alors synchronisés après 5 tours de roue.
- Faire tourner la roue avant jusqu'à ce que l'affichage km/h s'affiche à l'écran.



2.8.2 Synchronisation de la cadence

2 possibilités existent ici :

- Démarrer ! En règle générale, le récepteur et l'émetteur sont alors synchronisés après 5 tours de pédalier.
- Faire tourner le pédalier jusqu'à ce que la cadence actuelle s'affiche à l'écran.



2.8.3 Synchronisation de la sangle thoracique

Humidifier les surfaces des capteurs de la sangle et mettre la sangle thoracique en place.

Veuillez vous déplacer à proximité du ROX 5.0 ou monter sur votre vélo. En règle générale, le ROX 5.0 se synchronise avec la sangle thoracique en moins de 10 secondes.

La fréquence cardiaque actuelle apparaît alors à l'écran.



2.8.4 Réinitialisation de la synchronisation

Si le capteur n'affiche aucune valeur ou si un mauvais capteur est synchronisé, la synchronisation peut être réinitialisée.

1 Maintenez la touche de fonction Mode 1 enfoncée pendant 3 secondes. « Sync. RESET » clignote à l'écran.

2 Les zéros de l'affichage de la vitesse, de la cadence et de la fréquence cardiaque clignotent pendant que le capteur correspondant est à nouveau synchronisé.

3 Concept d'utilisation

3.1 Affectation des touches

Touche de fonction « Set + Reset »

Appuyer simultanément sur les deux touches permet d'activer / désactiver l'éclairage.

Touche de fonction « Reset »

Cette touche permet de revenir en arrière d'un niveau de menu.

Une pression longue sur cette touche remet toutes les données du tour actuel à zéro.

Touche de fonction « Mode 2 »

Cette touche permet de basculer entre les fonctions « Mode 2 » (fonctions de fréquence cardiaque, etc.) ou d'avancer d'un niveau de menu.



Touche de fonction « Lap »

Cette touche démarre un nouveau tour.

Une pression longue sur cette touche ouvre l'aperçu des tours.

Touche de fonction « Set »

Cette touche enregistre les valeurs saisies.

Une pression longue sur cette touche ouvre les paramètres de base.

Touche de fonction « Mode 1 »

Cette touche permet de basculer entre les fonctions « Mode 1 » (fonctions cycle).

Une pression longue sur cette touche synchronise à nouveau les émetteurs.

3.1.1 Affectation des touches en mode Cycle

Fonctions Mode 1	Fonctions Mode 2
Distance	Zone cible / % FCmax.
Temps de parcours	Zones d'intensité
Vitesse ⌀	Fréquence cardiaque ⌀
Vitesse max.	Fréquence cardiaque max.
Cadence ⌀	Calories
Distance partielle	Heure
Temps partiel	Chronomètre
	Compte à rebours
	Température
	Distance totale
	Durée totale
	Calories totales

3.1.2 Affectation des touches en mode Course

Fonctions Mode 1	Fonctions Mode 2
Durée	Zone d'entraînement / % FCmax.
Durée totale	Zones d'intensité
	Fréquence cardiaque ⌀
	Fréquence cardiaque max.
	Calories
	Heure
	Compte à rebours
	Température
	Calories totales

3.2 Structure de l'écran

L'écran d'affichage du ROX 5.0 est subdivisé en 3 zones principales :

3.2.1 Partie supérieure de l'écran



Cet affichage reprend 4 valeurs actuelles :

- Fréquence cardiaque actuelle (uniquement lorsque la sangle thoracique est en place)
- Fréquence cardiaque trop basse ou trop élevée en fonction de la zone cible
- Cadence actuelle (uniquement lorsque l'émetteur de cadence est installé, accessoire en option)
- LAP Nombre de tours actuels (en permanence)

3.2.2 Partie centrale de l'écran



Cet affichage reprend la vitesse actuelle et d'autres symboles :

- Symboles pour les vélo I et II
- Comparaison de la vitesse actuelle et de la vitesse moyenne
- KMH Unité réglée (km/h ou mph)
- Chronomètre actif
- Compte à rebours actif

3.2.3 Partie inférieure de l'écran



Cet affichage reprend la fonction actuellement sélectionnée.

Les touches de fonction Mode 1 (cf. 3.1.1) et Mode 2 (cf. 3.1.2) permettent de sélectionner les différentes fonctions.

Les touches de fonction Mode 1 ou Mode 2 vous permettent d'avancer dans les fonctions. Les touches de fonction Set ou Reset vous permettent de reculer dans les fonctions.



4 Paramètres de base

Maintenez la touche de fonction Set enfoncée pendant 3 secondes. « Réglages OUVERTS » clignote à l'écran. La langue réglée apparaît ensuite.

Lorsque le mode de veille profonde du ROX 5.0 est quitté pour la première fois, celui-ci passe en mode de réglage directement, sans appui prolongé sur la touche de fonction Set.

Attention

Le réglage du ROX 5.0 fonctionne également pendant le trajet. Concentrez-vous toujours sur le trafic et la route !



4.1 Réglage de la langue

1 Accédez à la langue réglée avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Sélectionnez la langue souhaitée avec Mode 2 ou Reset.

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.2 Réglage de l'unité de mesure



1 Accédez à l'unité de mesure réglée avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Sélectionnez km/h ou mph avec Mode 2 ou Reset.

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.3 Réglage de la circonférence de la roue pour le vélo 1 et le vélo 2

1 Passez à la circonférence réglée pour le vélo 1 ou le vélo 2 avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Les deux premiers chiffres clignotent pour la saisie.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

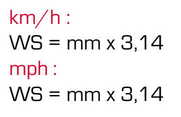
4 Accédez au chiffre suivant avec la touche de fonction Mode 1.

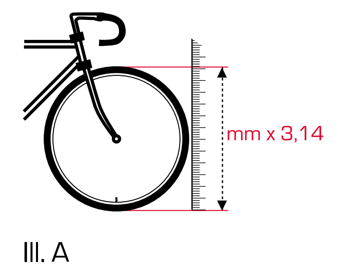
5 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

4.3.1 Calcul de la circonférence de la roue

Vous pouvez déterminer la circonférence de la roue de différentes façons :

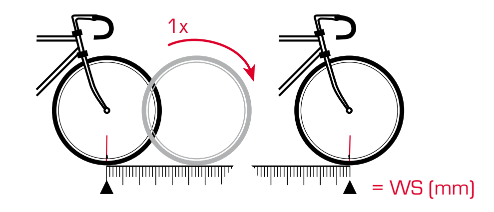
- Calcul selon l'ill. A ou l'ill. B.
- Consultation du tableau (ill. C) en fonction de la taille de vos roues.





Ill. A

km/h :
WS = mm
mph :
WS = mm



Ill. B

ETRTO	16 x 1.75 x 2	kmh mph
47-305	16x1.75x2	1272
47-406	20x1.75x2	1590
37-540	24x1 3/8 A	1948
47-507	24x1.75x2	1907
23-571	26x1	1973
40-559	26x1.5	2026
44-559	26x1.6	2051
47-559	26x1.75x2	2070
50-559	26x1.9	2089
54-559	26x2.00	2114
57-559	26x2.125	2133
37-590	26x1 3/8	2105
37-584	26x1 3/8x1 1/2	2086
20-571	26x3/4	1954

ETRTO	16 x 1.75 x 2	kmh mph
32-630	27x1 1/4	2199
28-630	27x1 1/4 Fifty	2174
40-622	28x1.5	2224
47-622	28x1.75	2268
40-635	28x1 1/2	2265
37-622	28x1 3/8x1 5/8	2205
18-622	700x18C	2102
20-622	700x20C	2114
23-622	700x23C	2133
25-622	700x25C	2146
28-622	700x28C	2149
32-622	700x32C	2174
37-622	700x35C	2205
40-622	700x40C	2224

Ill. C



4.4 Réglage de l'heure

1 Accédez à l'heure réglée avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage de l'heure clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez à la saisie des minutes avec la touche de fonction Mode 1.

5 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

6 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.5 Réglage de la date

1 Accédez à la date réglée avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'année clignote.

3 Réglez l'année avec Mode 2 (+) ou Reset (-) et enregistrez avec la touche de fonction Set.

4 Réglez le mois avec Mode 2 (+) ou Reset (-) et enregistrez avec la touche de fonction Set.

5 Réglez le jour avec Mode 2 (+) ou Reset (-) et enregistrez avec la touche de fonction Set.

6 Réglez le format de la date (jj.mm.aa ou mm/jj/aa) avec Mode 2 (+) ou Reset (-) et enregistrez avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.6 Réglage de l'âge

1 Accédez à l'âge réglé avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

4.7 Réglage du poids



1 Accédez au poids réglé avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

4.8 Réglage du sexe



1 Accédez au sexe réglé avec la touche de fonction Mode 1. (De série, le ROX 5.0 est réglé sur « Homme ».)

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Réglez le sexe avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

4.9 Réglage de la fréquence cardiaque maximale



1 Accédez à la fréquence cardiaque maximale réglée avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.10 Réglage d'une zone d'entraînement

Le ROX 5.0 est doté de trois zones cibles. Les zones cibles « Bien-être » (Fit Zone) et « Combustion des graisses » (Fat Zone) sont automatiquement calculées sur la base de votre fréquence cardiaque max. La zone cible « Individuelle » permet de définir vous-même des valeurs de fréquence cardiaque.

1 Accédez à la zone d'entraînement réglée avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Réglez la zone d'entraînement souhaitée avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

Remarque

Tout dépassement de la zone cible par le haut ou le bas vous est indiquée pendant le trajet. La flèche de l'indicateur de zone apparaît à côté de la fréquence cardiaque et un signal sonore retentit.

4.10.1 Affichage de la zone d'entraînement pendant le fonctionnement normal

Vous pouvez également faire afficher de manière graphique dans quelle zone vous vous entraînez :

1 Passez au mode de fonctionnement normal avec Mode 2 pour l'affichage de la zone cible / % de la FCmax.

2 Une barre en trois parties s'affiche dans la partie inférieure de l'écran ; celle-ci symbolise dans quelle zone cible réglée vous vous trouvez actuellement.




Sous la zone cible



Dans la zone cible



Au-dessus de la zone cible



4.11 Réglage des zones d'intensité 1, 2, 3, 4

Le ROX 5.0 dispose de 4 zones d'intensité facilitant le contrôle de votre entraînement. Les valeurs sont automatiquement calculées sur la base de votre fréquence cardiaque maximale. Les valeurs en % pour les différentes zones d'intensité peuvent également être modifiées manuellement.

1 Passez à la zone d'intensité réglée 1, 2, 3 ou 4 avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. La limite inférieure de la zone clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez à la limite supérieure de la zone avec la touche de fonction Mode 1.

5 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-) et enregistrez avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

Remarque

Pendant le trajet, la fonction « Zones d'intensité » vous permet de consulte la répartition de votre entraînement actuel dans les différentes zones.

4.11.1 Affichage des zones d'intensité pendant le fonctionnement normal

Vous pouvez également faire afficher de manière graphique dans quelle zone vous vous entraînez :

1 Passez au mode de fonctionnement normal avec Mode 2 pour l'affichage des zones d'intensité.

2 Les 4 zones d'intensité sont représentées de manière graphique dans la partie inférieure de l'écran.

3 Une flèche vous indique dans quelle zone vous vous trouvez actuellement.





4.12 Réglage du kilométrage total pour le vélo 1 ou le vélo 2

Vous pouvez saisir ici les valeurs dont vous disposez déjà (p.ex. les valeurs de votre ancien appareil). Les nouvelles valeurs seront alors additionnées à celles-ci.

1 Passez au kilométrage total pour le vélo 1 ou le vélo 2 avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Le premier chiffre de la saisie clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez au chiffre suivant avec la touche de fonction Mode 1.

5 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.13 Réglage du temps total pour le vélo 1 ou le vélo 2

Vous pouvez saisir ici les valeurs dont vous disposez déjà (p.ex. les valeurs de votre ancien appareil). Les nouvelles valeurs seront alors additionnées à celles-ci.

1 Passez au temps total pour le vélo 1 ou le vélo 2 avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Le premier chiffre clignote pour les heures.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez au chiffre suivant avec la touche de fonction Mode 1.

5 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set ; les minutes clignotent.

6 Réglez la valeur pour les minutes avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

7 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.14 Réglage de la durée totale

Vous pouvez saisir ici les valeurs dont vous disposez déjà (p.ex. les valeurs de votre ancien appareil). Les nouvelles valeurs seront alors additionnées à celles-ci.

1 Accédez à la durée totale avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Le premier chiffre clignote pour les heures.

3 Réglez les heures avec Mode 2 (+) ou Reset (-). Accédez au chiffre suivant avec la touche de fonction Mode 1. Enregistrer les heures indiquées avec la touche de fonction Set.

4 Réglez les minutes avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

5 Enregistrez avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.15 Réglage des calories brûlées totales pour le vélo 1 ou le vélo 2

Vous pouvez saisir ici les valeurs dont vous disposez déjà (p.ex. les valeurs de votre ancien appareil). Les nouvelles valeurs seront alors additionnées à celles-ci.

1 Passez aux calories brûlées totales pour le vélo 1 ou le vélo 2 avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Le premier chiffre de la saisie clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez au chiffre suivant avec la touche de fonction Mode 1.

5 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.16 Réglage des calories brûlées totales en randonnée

Vous pouvez saisir ici les valeurs dont vous disposez déjà (p.ex. les valeurs de votre ancien appareil). Les nouvelles valeurs seront alors additionnées à celles-ci.

1 Accédez aux calories brûlées totales en course avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Le premier chiffre de la saisie clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez au chiffre suivant avec la touche de fonction Mode 1.

5 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.17 Activation de l'alarme des zones

1 Accédez à l'alarme des zones avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. Le réglage actuel clignote.

3 Activez ou désactivez l'alarme des zones avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

Remarque

Pendant le trajet, l'alarme des zones émet un signal sonore dès que vous quittez la zone d'entraînement réglée.



4.18 Réglage du contraste

1 Accédez au contraste réglé avec la touche de fonction Mode 1.

2 Appuyez brièvement sur la touche de fonction Set. L'affichage clignote.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-). (1 = faible / 3 = fort)

4 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.



4.19 Quitter les paramètres de base

Maintenez la touche de fonction **Set** enfoncée pendant 3 secondes pour quitter les paramètres de base.

« Réglages FERMES » clignote à l'écran.

5 Fonctions générales du ROX 5.0



5.1 Eclairage de l'écran

Appuyez simultanément sur les touches de fonction Set et Reset pour activer et désactiver l'éclairage. « Eclairage actif / Eclairage inactif » s'affiche brièvement à l'écran.

L'écran s'éclaire d'une pression sur n'importe quelle touche. La pression suivante commute alors seulement les fonctions.

Remarque

L'éclairage n'est pas disponible pendant la synchronisation ! Evitez d'allumer l'éclairage inutilement pour préserver la batterie.



5.2 Comparaison des vitesses

Lorsque la vitesse actuelle diffère de la vitesse moyenne, ceci est indiqué par deux flèches ▲▼.

▼ s'affiche lorsque la vitesse actuelle est inférieure à la vitesse moyenne.

▲ s'affiche lorsque la vitesse actuelle est supérieure à la vitesse moyenne.

Aucune flèche ne s'affiche lorsque la vitesse actuelle est approximativement également à la vitesse moyenne.



5.3 Fonction « Tours »

La fonction « Tours » Permet de démarrer un nouveau tour (ou temps partiel) après avoir parcouru une distance définie. Ceci vous permet de comparer vos performances sur différentes sections de distances comparables et la réalisation d'entraînements par intervalles.

Appuyez sur la touche de fonction centrale LAP pour achever le tour actuel et démarrer automatiquement un nouveau tour. La distance et le temps partiels du dernier tour s'affichent pendant 8 secondes, en alternance.

La fréquence cardiaque moyenne, la cadence moyenne et le numéro du tour sont affichés dans la partie supérieure de l'écran. La vitesse moyenne du dernier tour s'affiche dans la partie centrale de l'écran.

La distance et le temps partiels s'affichent dans la partie inférieure de l'écran.

L'affichage passe alors à nouveau au mode d'aperçu précédent.



5.4 Ouverture de l'aperçu des tours

1 Maintenez la touche de fonction centrale LAP enfoncée pendant 3 secondes. « Aperçu des tours OUVERT » clignote à l'écran.

2 Basculez entre les valeurs suivantes avec les touches de fonction Set et Mode 1 : temps partiel, temps depuis le départ, distance partielle, distance depuis le départ, vitesse max., fréquence cardiaque max., calories.
La fréquence cardiaque moyenne, la cadence moyenne et le numéro du tour sont affichés dans la partie supérieure de l'écran. La vitesse moyenne du tour en cours s'affiche dans la partie centrale de l'écran.

3 Basculez entre les différents tours avec les touches de fonction Reset et Mode 2 .

4 Maintenez la touche de fonction LAP enfoncée pendant 3 secondes pour quitter l'aperçu des tours.
« Aperçu des tours FERME » clignote à l'écran.



5.5 Chronomètre

1 Accédez au chronomètre avec la touche de fonction Mode 2.

2 La touche de fonction Set permet de démarrer ou d'arrêter le chronomètre.
Le chronomètre démarré est visible à l'icône apparaissant à l'écran.

3 Réinitialisation du chronomètre :
Maintenez la touche de fonction Reset enfoncée pendant 3 secondes.



5.6 Compte à rebours

1 Accédez au compte à rebours avec la touche de fonction Mode 2.

2 Maintenez la touche de fonction Set enfoncée pendant 3 secondes. « REGLAGE Compte à rebours » clignote à l'écran.

3 Réglez la valeur avec Mode 2 (+) ou Reset (-).

4 Accédez au point suivant avec la touche de fonction Mode 1.

5 Enregistrez le réglage avec la touche de fonction Set.
« Réglage OK » apparaît à l'écran.

6 La touche de fonction Set permet de démarrer ou d'arrêter le compte à rebours.
Le compte à rebours démarré est visible à l'icône apparaissant à l'écran.
L'icône clignote lorsque le compte à rebours est écoulé.

7 Réinitialisation du compte à rebours sur la valeur de départ réglée :
Maintenez la touche de fonction Reset enfoncée pendant 3 secondes.



5.7 Réinitialisation des données des tours

1 Maintenez la touche de fonction Reset enfoncée plus de 3 secondes.

2 « RESET Données tours » clignote à l'écran.

Cette fonction met les valeurs suivantes à zéro :
distance, temps, vitesse moyenne, vitesse max., cadence moyenne, distance partielle, temps partiel, zones d'intensité, fréquence cardiaque moyenne, fréquence cardiaque max., calories brûlées.

5.8 Valeurs totales pour les vélos 1 et 2

Si vous n'utilisez qu'un vélo, seules les valeurs totales du premier vélo sont affichées.

Dès qu'un second vélo est utilisé, les valeurs totales sont affichées pour le « vélo 1 », le « vélo 2 » et les « vélos 1 et 2 ».



5.9 Intervalle de service

L'intervalle de service vous informe lorsque le nombre de kilomètres défini avant la révision suivante du vélo a été parcouru. L'intervalle de service ne peut être réglé que par votre revendeur. « Inspection » apparaît à l'écran après avoir atteint le kilométrage prédéfini.
Cet affichage disparaît lorsque vous appuyez sur une touche de fonction au choix.

5.10 Mode « Transport »

En cas de transport sur le support du vélo ou dans une voiture (lorsque le ROX 5.0 est enclenché dans son support), le ROX 5.0 passe en mode dit de « transport » grâce au détecteur de mouvement intégré. « Transport » apparaît à l'écran. Appuyez brièvement sur une touche au choix pour quitter ce mode.

5.11 Interface PC

Le ROX 5.0 est compatible PC. Après l'achat du logiciel SIGMA DATA CENTER et sa station de connexion, vous pouvez télécharger sans aucun effort et rapidement l'unité actuelle sur votre PC. Le ROX 5.0 enregistre les valeurs actuelles toutes les 10 secondes, pendant jusqu'à 25 heures. Ce tour s'affiche alors de manière graphique dans le Data Center.

Remarque

Le logiciel SIGMA DATA CENTER et la station de connexion peuvent être commandés dans la BOUTIQUE SIGMA, à l'adresse www.sigma-data-center.com.

5.12 Transmission câblée de la vitesse

Le ROX 5.0 peut ultérieurement être doté d'un système de transmission câblée de la vitesse, et ce, uniquement pour la mesure de la vitesse (la cadence et la sangle thoracique restent sans fil).

6 Courir avec le ROX 5.0

Le ROX 5.0 peut également être utilisé comme compteur running. Un bracelet séparé est fourni à l'achat. Toutes les fonctions cycle sont masquées lors du montage du ROX 5.0 sur ce bracelet (celles-ci restent cependant enregistrées et peuvent à nouveau être consultées lors de la sortie à vélo suivante). Seules les fonctions pertinentes pour la course sont conservées. Vous pouvez ainsi utiliser votre ROX 5.0 avec les informations relatives à la fréquence cardiaque également pour la randonnée, l'escalade, le ski, la course ou d'autres sports.

6.1 Synchronisation de la sangle thoracique

Humidifier les surfaces des capteurs et mettre la sangle thoracique en place.

Placez le ROX 5.0 dans le bracelet. Les zéros de la fréquence cardiaque actuelle clignotent. Le ROX 5.0 se synchronise avec la sangle thoracique en moins de 10 secondes.

La fréquence cardiaque actuelle apparaît alors à l'écran.



6.2 Début de la course

Appuyez sur la touche de fonction centrale LAP pour démarrer et arrêter le temps de la course.

Le temps de la course en cours est visible à l'icône ⏱ apparaissant à l'écran.



6.3 Réinitialisation de la durée totale

1 Maintenez la touche de fonction Reset enfoncée plus de 3 secondes.

2 « RESET Données tours » clignote à l'écran.

Cette fonction met les valeurs suivantes à zéro :
durée, zones d'intensité, fréquence cardiaque ∅, fréquence cardiaque max., calories brûlées.

7 Remarques, dépannage, FAQ

7.1 Remarques

7.1.1 Etanchéité du ROX 5.0

Le ROX 5.0 est étanche à l'eau. Le cycliste peut utiliser son appareil sous la pluie sans risque pour celui-ci. Les touches peuvent également être utilisées.

7.1.2 Etanchéité des émetteurs (accessoires en option)

Emetteur de vitesse STS, émetteur de cadence STS et émetteur de fréquence cardiaque STS

Etanche et convenant donc pour de nombreuses activités sportives.

7.1.3 Entretien de la sangle thoracique (accessoires en option)

La sangle thoracique textile COMFORTEX+ peut être lavée en machine à +40°C / 140°F, programme manuel. De la lessive du commerce peut être utilisée.

Remarque

Les produits de blanchiment ou produits enrichis en additifs de blanchiment ne peut pas être utilisés.
N'utilisez pas de savon et d'adoucissant !

Ne confiez pas la COMFORTEX+ au nettoyage à sec. Ni la sangle, ni l'émetteur ne peuvent passer au séchoir. Etendez la sangle pendant le séchage. Ne l'essorez pas, ne l'étirez pas ou ne la suspendez pas lorsqu'elle est mouillée. La COMFORTEX+ ne peut pas être repassée.

7.1.4 Consignes d'entraînement

Avant de l'entraînement, veuillez consulter votre médecin afin d'exclure tout risque pour votre santé. Ceci vaut particulièrement en présence de maladies cardiovasculaires sous-jacentes.

Nous recommandons aux personnes portant des stimulateurs cardiaques d'impérativement discuter de la compatibilité de nos systèmes avant de les utiliser !

7.2 Dépannage

Aucune vitesse affichée

- Le compteur est-il correctement enclenché sur son support ?
- Les contacts sont-ils oxydés / corrodés ?
- La distance entre l'aimant et l'émetteur de vitesse STS a-t-elle été contrôlée (max. 12 mm) ?
- Avez-vous vérifié si l'aimant est magnétisé ?
- L'état de la pile de l'émetteur de vitesse a-t-il été contrôlé ?

Aucune cadence affichée

- La distance entre l'aimant et l'émetteur de cadence STS a-t-elle été contrôlée (max. 12 mm) ?
- Avez-vous vérifié si l'aimant est magnétisé ?
- L'état de la pile de l'émetteur de cadence a-t-il été contrôlé ?

Aucune fréquence cardiaque affichée

- Les électrodes sont-elles suffisamment humides ?
- La sangle thoracique est-elle correctement mise en place ?
- L'état de la pile de l'émetteur de fréquence cardiaque a-t-il été contrôlé ?

Aucun affichage à l'écran

- L'état de la pile du ROX 5.0 a-t-il été contrôlé ?
- La pile est-elle correctement installée (+ en haut) ?
- Les contacts de la pile sont-ils en bon état (pliez-les délicatement) ?

Affichage noir / lent

- Température trop élevée (> 60°C) ou trop basse (< 0°C) ?

Vitesse affichée erronée

- 2 aimants installés ?
- Aimant correctement installé (parallèle et au centre de l'émetteur de vitesse) ?
- La circonférence de la roue est-elle correctement réglée ?

Aucune synchronisation

- La distance entre l'aimant et le(s) capteur(s) a-t-elle été contrôlée ?
- Les piles du/des capteur(s) sont-elles vides ?
- La portée de l'émetteur concerné a-t-elle été contrôlée ?
- En cas d'utilisation d'une dynamo sur le moyeu de roue, veuillez modifier la position de l'émetteur.

Affichage « TOO MANY SIGNALS »

– Veuillez augmenter la distance par rapport aux autres émetteurs et appuyez sur une touche au choix.

7.3 FAQ (questions fréquemment posées)

Puis-je remplacer la pile moi-même ?

Toutes les pièces du ROX 5.0 sont dotées d'un compartiment à pile permettant un remplacement des piles par l'utilisateur. Veuillez noter que la bague d'étanchéité doit être correctement remise en place avant de refermer le compartiment à pile.

Une autre personne utilisant un autre compteur cycle / cardio-fréquencemètre peut-elle causer des perturbations ?

Le système de transmission digital est codé. Il ne peut donc en principe pas y avoir de perturbations entre deux appareils. Lors de la synchronisation du récepteur avec l'émetteur, veuillez vous assurer qu'aucun autre appareil SIGMA ROX ne se trouve à proximité.

Quelle est l'autonomie de la pile dans l'émetteur / le récepteur ?

L'autonomie des piles dépend de la fréquence d'utilisation et de l'utilisation du gestionnaire d'éclairage.

En règle générale, le ROX 5.0 et ses 3 émetteurs ont été conçus de manière à garantir une durée de vie d'au moins 1 an aux piles (calculée sur la base d'une utilisation d'une heure par jour).

Le système de transmission STS est-il compatible avec d'autres systèmes de transmission (tels que Bluetooth, ANT+, DTS, etc.) ?

Non, les différents systèmes de transmission ne sont pas compatibles entre eux.

8 Caractéristiques techniques

8.1 Valeurs max. / min. / standard

	Unité	Min.	Max.
Vélo			
Vitesse actuelle	kmh / mph	0,0	199,8 / 124,2
Vitesse ⌀	kmh / mph	0,00	199,8 / 124,2
Vitesse max.	kmh / mph	0,00	199,8 / 124,2
Distance parcourue	km / mi	0,00	9999,99
Cadence actuelle	tr/min.	20	180
Cadence ⌀	tr/min.	20	180
moyenne			
Fréquence cardiaque actuelle	bpm	40	240
Fréquence cardiaque ⌀	bpm	40	240
Fréquence cardiaque max.	bpm	40	240
% de la fréquence cardiaque max.	%	0	240
Calories	kcal	0	99999
Temps			
Temps de parcours	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Durée	hhh:mm:ss	00:00:0	999:59:59
Durée totale	hhh:mm:ss	00:00:0	999:59:59
Heure	hh:mm (24 h)	00:00	23:59
Date	JJ.MM.AAAA	01.01.2013	31.12.2099
Chronomètre	h:mm:ss.1/10	0:00:00,0	09:59:59,9
Compte à rebours	hh:mm:ss. 1/10	0:00:00,0	09:59:59,9
Température			
Température actuelle	°C / °F	-10,0 / 14,0	+70 / +158
Tours			
Nombre de tours	NO UNIT	0	99
Temps partiel	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Temps depuis le départ	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Distance partielle	km / mi	0	9999,99
Distance depuis le départ	km / mi	0	9999,99
Vitesse ⌀ par tour	kmh / mph	0,00	199,8 / 124,2
Vitesse max. par tour	kmh / mph	0,00	199,8 / 124,2
FCmax. par tour	bpm	40	240
Calories par tour	kcal	0	99999
Valeurs totales			
Distance totale Vélo 1 / Vélo 2 Vélos 1+2	km / mi	0	99999

	Unité	Min.	Max.
Distance totale Vélo 1 / Vélo 2 Vélos 1+2	mm:ss,x / hhh:mm:ss	00:00	999:59
Calories brûlées totales Vélo 1 / Vélo 2 Vélos 1+2	kcal	0	99999



8.2 Remplacement des piles

Le remplacement des piles du compteur et des émetteurs (vitesse, cadence et/ou sangle thoracique) s'affiche à l'écran. Seule l'heure doit à nouveau être réglée après un changement de pile.

Compteur cycle 5.1

- Ouvrir le couvercle avec l'outil.
- Retirer l'ancienne pile du couvercle.
- Mettre la nouvelle pile en place dans le couvercle.
- Respecter la polarité !
- Si celle-ci se détache, remettre la bague d'étanchéité en place.
- Fermer le couvercle avec l'outil.

Emetteurs 5.2 5.3 5.4

- Ouvrir le couvercle avec l'outil.
- Retirer l'ancienne pile du couvercle.
- Mettre la nouvelle pile en place dans le couvercle.
- Respecter la polarité !
- Si celle-ci se détache, remettre la bague d'étanchéité en place.
- Fermer le couvercle avec l'outil.

8.3 Températures / Piles

Compteurs Cycle

Température ambiante : +60°C / -10°C
Type de pile : CR 2450 (n° art. 20316).

Emetteur de vitesse

Température ambiante : +60°C / -10°C
Type de pile : CR 2032 (n° art. 00396).

Emetteur de cadence

Température ambiante : +60°C / -10°C
Type de pile : CR 2032 (n° art. 00396).

Emetteur de fréquence cardiaque

Température ambiante : +60°C / -10°C
Type de pile : CR 2032 (n° art. 00396).

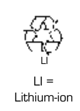
9 Garantie

En cas de vice, nous garantissons nos produits conformément aux prescriptions légales. Les piles ne sont pas couvertes par la garantie. Si vous souhaitez exercer votre droit à la garantie, veuillez vous adresser au revendeur auprès duquel vous avez acheté votre compteur cycle. Vous pouvez renvoyer votre compteur cycle, accompagné de la preuve d'achat et de tous ses accessoires, à l'adresse suivante : Veillez à correctement affranchir votre envoi.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

Tél. Service : +49-(0)6321-9120-140
Courriel : sigmarox@sigmasport.com

Un appareil de remplacement vous sera envoyé si votre requête est justifiée. Les demandes en garantie ne peuvent concerner que les modèles actuels. Sous réserve de modifications techniques par le fabricant.





Les piles ne peuvent pas être jetées dans les ordures ménagères (loi allemande relative aux piles - BattG) ! Veuillez rapporter vos piles dans un centre de collecte agréé.



Les appareils électroniques ne peuvent pas être jetés dans les ordures ménagères. Veuillez rapporter votre appareil dans un centre de collecte agréé.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and with RSS-210 of Industry Canada. Operation is subject to the following two conditions:

1 this device may not cause harmful interference, and

2 this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Changes or modifications made to this equipment not expressly approved by SIGMA may void the FCC authorization to operate this equipment.

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced technician for help.

Vous trouverez la déclaration CE à l'adresse : www.sigmasport.com

10 Index

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

SIGMA SPORT USA
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.

SIGMA SPORT ASIA
4F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan



